



# ほけんだより



令和6年3月1日 新地町立福田小学校 文責：長尾

今年度も残り1ヵ月となりました。福田小のみなさんにとって、今年とはどんな1年になったのでしょうか。できたこと、がんばったこと、楽しかったこと、もっとがんばりたいこと、たくさんの思いがあると思います。まずは、1年間がんばった自分を一杯ほめてあげましょう。来年度も元気に登校するみなさんに会えることを楽しみにしています。



4月～12月までの学年毎の平均です

**1年生**

身長…4.5cm  
体重…2.1kg

**2年生**

身長…4.0cm  
体重…2.7kg

**3年生**

身長…3.8cm  
体重…2.1kg

**4年生**

身長…4.6cm  
体重…3.4kg

**5年生**

身長…5.3cm  
体重…4.8kg

**6年生**

身長…4.7cm  
体重…5.1kg

成長の速さには個人差があります。しかし、全員が少しずつ大きくなっています。また、身長や体重だけでなく、精神面や学習面・運動面など、みんなの一つ一つが大きく成長しました。この1年間の成長には、毎日支えてくれた家族、優しく時には厳しく見守ってくれた先生、切磋琢磨し笑い合ってた過した友だち、多くの人がかかわってくれています。一人ではなし得なかった成長です。

あなたは、だれに「ありがとう」を伝えますか？



# けんこうせいがく ほんせい 健康生活の反省をしよう

6年生 ver.

Q1 歯肉までいねいにみがくように意識した

Q2 ドライアイを予防する生活のポイントを意識できた

Q3 よい姿勢を意識して生活することができた

Q4 「歯肉炎」を予防するために、歯だけでなく「歯肉」もきれいにしよう！

Q5 ゲームやiPadを使うときは、30-20運動を行った

Q6 座っているときも立っているときも、背すじを伸ばした姿勢がかったいい！

Q7 ゲームは1日1時間を守って楽しんだ

Q8 ゲームのやりすぎ注意！ゲーム中は30cm離して20秒休もう！

Q9 食は体の資本！6年生は1食の献立を学習したので、日々の食事で意識してみよう

Q9 1日1時間以上（体育や休み時間もok）運動した

はい いいえ

**パーフェクト!**  
健康的な生活です！これからも続けてね。

**なかなかいい感じ!**  
健康的な生活に近い！あと少しの課題を意識してもっと健康になってね。

**がんばろう!**  
元気に過ごしていけるよう、まずはできないことの3つを決めて、できるように取り組もう！

## 3月の行事

日	月	火	水	木	金	土
					1	2 給食弁当なし
3	4 振替休日	5 クラブ活動	6 薬物乱用 防止教室 (6年)	7 ありがとう 6年生	8 愛校活動	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18 弁当	19 弁当	20 祝日 (春分の日)	21 弁当	22 給食弁当なし	23
24	25	26	27	28 離任式	29 修了式 卒業式	30
30						

けんこういいんかい 健康委員会で

けんこう 「健康だより」をつくりました!

けんこういいんかい けんこう 健康委員会で「健康だより」を作ったので、3月6日(水)に配ります。

3月の保健目標である『健康生活の反省をしよう』に基づいて、福田小のみんなが健康にすごすことができたのか、健康委員会で「健康な生活」をチェック式にして考えました。ぜひチェックしてみて、自分の1年間の生活をふり返ってみてください。